

Bezpłatne szkolenie cyfrowe dla seniorów - zapisz się!



Bezpłatne szkolenie cyfrowe dla seniorów - zapisz się!

Data publikacji

21.09.2026 09:08

Masz 60 lat lub więcej i chcesz swobodniej poruszać się w cyfrowym świecie? Centrum Seniorów "Dworcowa 3" zaprasza na bezpłatne, praktyczne szkolenie z obsługi komputera i Internetu.

Podczas zajęć będzie można dowiedzieć się m.in. jak:

- bezpiecznie korzystać z Internetu,
- zakładać i używać poczty e-mail,
- korzystać z Internetowego Konta Pacjenta (IKP),
- korzystać z aplikacji mObywatel,
- załatwiać sprawy urzędowe przez Internet,
- kontaktować się z rodziną i znajomymi online,
- kupować bilety i korzystać z usług internetowych,
- rozpoznawać oszustwa, tworzyć bezpieczne hasła i chronić swoje dane.

Szczegóły:

Termin: 24-25 września 2026 r.

Godziny: 10:00-13:00

Zapisy: Centrum Seniorów „Dworcowa 3”, Bydgoszcz, tel. 52 585 88 54

Zajęcia odbywają się w małej grupie, mają praktyczny charakter, a na miejscu zapewniony jest sprzęt. Udział w szkoleniu jest całkowicie bezpłatny.

Liczba miejsc jest ograniczona.

Serdecznie zachęcamy do udziału.

BEZPŁATNE SZKOLENIA CYFROWE DLA SENIORÓW

Zapraszamy seniorów na praktyczne szkolenia z obsługi komputera i internetu.



DLA KOGO?

Dla osób powyżej 60. roku życia – bez względu na poziom doświadczenia.



PROGRAM SZKOLENIA:

-  podstawy obsługi Internetu
-  zakładanie i korzystanie z poczty e-mail
-  Internetowe Konto Pacjenta (IKP)
-  aplikacja mObywatel
-  załatwianie spraw przez internet
-  bezpieczeństwo w sieci (oszustwa, hasła, ochrona danych)
-  kontakt z rodziną i znajomymi przez internet
-  zakup biletów i korzystanie z usług online
-  korzystanie z usług administracji publicznej przez internet



ORGANIZACJA:

- ✓ małe grupy (ok. 20 osób)
- ✓ zajęcia praktyczne
- ✓ wsparcie trenera na każdym etapie
- ✓ sprzęt zapewniamy na miejscu
- ✓ zajęcia trwają **tylko 180 min (3 godziny)**



INFORMACJE O TERMINACH I ZAPISACH:

Termin: **24–25 września**

Godziny: **10.00–13.00**

Szczegółowe informacje dotyczące terminów i godzin zajęć można uzyskać u osoby prowadzącej zapisy.



ZAPISY:

 **Centrum Seniorów Dworcowa 3**
 telefon do zapisów: **52 585 8854**
 (miejsce prowadzenia zajęć)



UDZIAŁ W SZKOLENIU JEST CAŁKOWICIE BEZPŁATNY!



LICZBA MIEJSC OGRANICZONA!



SERDECZNIE ZAPRASZAMY!



NASK



Ministerstwo
Cyfryzacji



Projekt finansowany ze środków
Ministerstwa Cyfryzacji

Źródło i grafika: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=122273081462149663&set=a.122094453158149663>

Grafika: <https://www.pexels.com/pl-pl/zdjecie/ludzie-budynek-mezczyzni-internet-7983582/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)